

## BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan antara Asupan Natrium dan Serat dengan Tekanan Darah pada Pasien Penyakit Jantung Koroner di Poliklinik Jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang Tahun 2018, maka dapat disimpulkan, sebagai berikut:

1. Rata-rata tekanan darah sistolik pasien di Poliklinik Jantung 132,13 mmHg  $\pm$ 9,667 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik responden 80,83 mmHg  $\pm$ 5,937 mmHg.
2. Rata-rata asupan natrium pasien di Poliklinik Jantung tahun 2018 adalah 2802,11 mg  $\pm$ 746,61 mg.
3. Rata-rata asupan serat pasien di Poliklinik Jantung tahun 2018 adalah 10,6 gr  $\pm$ 5,23 gr.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan natrium dengan tekanan darah sistolik ( $p= 0,025$ ,  $r= 0,224$ ) dan diastolik ( $p= 0,001$ ,  $r= 0,327$ ) pada pasien di Poliklinik Jantung Tahun 2018 ( $p\text{-value} <0,05$ ).
5. Tidak terdapat hubungan antara asupan serat dengan tekanan darah sistolik ( $p= 0,899$ ,  $r= 0,013$ ) dan diastolik ( $p= 0,482$ ,  $r= 0,071$ ) pada pasien di Poliklinik Jantung Tahun 2018 ( $p\text{-value} >0,05$ ).

## 6.2 Saran

Penelitian ini disarankan bagi:

### 1. Pasien Poliklinik Jantung

Dianjurkan kepada pasien Poliklinik Jantung untuk lebih bisa menjaga asupan makan terutama untuk bahan makanan yang mengandung natrium tinggi, mengurangi penggunaan garam dapur, serta rutin makan buah dan sayur setiap hari, sehingga bisa menjaga tekanan darah untuk tetap normal.

### 2. Instansi Rumah Sakit

Disarankan kepada Rumah Sakit untuk bisa meningkatkan konseling gizi kepada pasien di Poliklinik Jantung terkait pola makan pasien hipertensi dan penyakit jantung koroner serta memperbanyak media komunikasi terkait makanan yang boleh dan dibatasi pada pasien dengan tekanan darah tinggi.

### 3. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya meneliti variabel-variabel penyerta lainnya yang diduga mempengaruhi tekanan darah sehingga meningkatkan risiko penyakit jantung koroner.

